

日	曜日	10時おやつ (キッズ)	献立名	15時おやつ (ファミリー)	食品名		
					血・肉・骨をつくる	力と体温となる	からだの調子を整える
1	木		新年明けましておめでとうございます				
2	金		今年もどうぞ宜しくお願いいたします。				
3	土						
4	日						
5	月	牛乳 かりんとう	ご飯 すき焼き風煮 しゅうまい	吸い物 フルーツ	レーズン蒸しパン	わかめ 鶏肉、豆腐 しゅうまい	米 しらたき 白菜、人参、しめじ、ねぎ フルーツ
6	火	牛乳 チーズ	ご飯 魚のフライ 切干大根の煮物	みそ汁 フルーツ	フルーツゼリー	魚 角天	米 里芋 スパゲティ 切干大根、人参、いんげん
7	水	牛乳 クラッカー	パン かぶシチュー チキンサラダ	フルーツ 牛乳	ケチャップおにぎり	牛乳 豚肉 ささみ	パン かぶ、玉ねぎ、人参、グリーンピース キャベツ、きゅうり、コーン
8	木	牛乳 ビスケット	ゆかりご飯 魚の磯辺焼き かぼちゃサラダ	吸い物 フルーツ	大学芋	わかめ 魚 ハム	米 ねぎ フルーツ かぼちゃ、人参、きゅうり
9	金	牛乳 せんべい	ご飯 魚のピカタ 白菜の香りとえ	みそ汁 フルーツ	マンゴープリン	魚、卵、チーズ ハム	米 じゃがいも ごま いんげん 白菜、きゅうり、しそ
10	土	牛乳 クラッカー	マーボー大根丼 ほうれん草ナムル ワンタンスープ	フルーツ	ドーナツ	豚ミンチ かまぼこ ワンタン	米 ごま 大根、玉ねぎ、グリーンピース、にんにく、生姜 ほうれん草、人参 白菜、ねぎ
11	日						
12	月						
13	火	牛乳 ビスケット	麦ごはん 魚のかりんとう揚げ 三色和え	吸い物 フルーツ	きな粉マカロニ	わかめ 魚 卵	米 ごま トマト 小松菜、人参
14	水	牛乳 チーズ	パン 水ギョーザ パンパンジーサラダ	フルーツ 牛乳 大豆といりこ炒り煮	チーズスティックパイ	牛乳 ぎょうざ ささみ 大豆、いりこ	パン ごま 白菜、人参、しめじ、もやし、ねぎ キャベツ、きゅうり
15	木	牛乳 せんべい	ハヤシライス ドレッシングサラダ フルーツ		グラタントースト	牛肉 ハム	米 玉ねぎ、人参、マッシュルーム、グリーンピース キャベツ、きゅうり、コーン フルーツ
16	金	牛乳 クラッカー	〈1月誕生日メニュー〉 ご飯 ハンバーグ	白菜とツナの煮浸し 野菜スープ ケーキ	フルーチェ	鶏肉 合挽肉、豆腐 ツナフレーク	米 パン粉、じゃがいも 玉ねぎ、人参 白菜、しめじ
17	土	牛乳 せんべい	味噌ラーメン 揚げギョーザ お浸し	フルーツ	せんべい	豚肉 ぎょうざ 卵	中華麺 キャベツ、もやし、玉ねぎ、人参、コーン、ねぎ フルーツ 小松菜、しめじ
18	日						
19	月	牛乳 クラッカー	ご飯 魚の塩焼き マカロニサラダ	かきたま汁 フルーツ	クリームサンド	卵 魚 ツナフレーク	米 マカロニ もやし、ピーマン ミックスベジタブル、きゅうり
20	火	牛乳 ビスケット	ご飯 メンチカツ 茄子の味噌煮	吸い物 フルーツ	フライドポテト	わかめ メンチカツ 豚肉	米 巻き麩 えのき、ねぎ キャベツ なす、玉ねぎ、パプリカ
21	水	牛乳 チーズ	パン 野菜たっぷりスープ カニカマサラダ	フルーツ 牛乳 キャンディチーズ	昆布たくあんおにぎり	牛乳 鶏肉 キャンディチーズ カニカマ	パン キャベツ、玉ねぎ、人参、ブロッコリー キャベツ、きゅうり、コーン
22	木	牛乳 かりんとう	中華丼 梅肉和え もずくスープ	フルーツ	かぼちゃクッキー	豚肉、卵 ちくわ もずく	米 玉ねぎ、人参、白菜、竹の子 キャベツ、きゅうり えのき、オクラ
23	金	牛乳 せんべい	七草ご飯 魚のマヨチーズ焼き ひじきの煮物	みそ汁 フルーツ	カルピスゼリー	魚、チーズ ひじき、大豆、ちくわ	米 里芋 七草 ブロッコリー 人参、いんげん
24	土	牛乳 ビスコ	えびピラフ ミートボールデミソース煮 野菜スープ	フルーツ	黒棒	えび ミートボール 鶏肉	米 じゃがいも 玉ねぎ、人参、コーン 玉ねぎ、ブロッコリー キャベツ、人参
25	日						
26	月	牛乳 チーズ	ご飯 鶏肉のタルタルソースかけ 磯香和え	根菜汁 フルーツ	じゃこマヨトースト	鶏肉 のり	米 大根、人参、ごぼう、ねぎ フルーツ 小松菜、人参、コーン
27	火	牛乳 ビスケット	麦ご飯 魚のおろしポン酢かけ カレー風ポテトサラダ	みそ汁 フルーツ	いちごババロア	魚 ハム	米 じゃがいも 白菜、玉ねぎ、ねぎ 大根 人参、きゅうり
28	水	牛乳 クラッカー	パン 肉団子スープ 海藻サラダ	フルーツ 牛乳	ジャムクレープ	牛乳 肉団子 海藻ミックス、カニカマ	パン 玉ねぎ、人参、ブロッコリー、トマト缶 キャベツ、きゅうり、コーン
29	木	牛乳 かりんとう	カレーライス キャベツのさっぱり和え フルーツ		フルーツヨーグルト	合挽肉 わかめ	米、じゃがいも ごま 玉ねぎ、人参、グリーンピース、にんにく、生姜 キャベツ、小松菜、コーン フルーツ
30	金	牛乳 ビスコ	ご飯 ホイコーロー ちくわの磯辺揚げ	中華スープ フルーツ	ココアバナナケーキ	卵 豚肉 ちくわ	米 玉ねぎ、きくらげ、ねぎ キャベツ、人参、ピーマン フルーツ
31	土	牛乳 せんべい	具うどん かぼちゃフライ おかか和え	オレンジゼリー	原宿ドック	油揚げ、わかめ、卵	うどん ねぎ かぼちゃ 小松菜、しめじ

※仕入れ等の関係で、献立を変更する場合があります。